

10月
October

高齢者自立支援センターふる里(A型)

笑顔のおたより

令和6年10月5日発行

今年の指針 **陽光**

長崎県大村市鬼橋町1416番地
TEL (0957)27-4500
FAX(0957)27-4501

ホームページ検索: **社会福祉法人 隆明会**

編集者: 宮崎秀博

毎日笑顔 生き生き笑顔



ふる里A型2024敬老祝賀会

楽しく過ごせました敬老感謝週間

敬老感謝週間の9/17~19日の3日間、デイサービスでは楽しい催し物がありました。観覧したA型の皆さんも楽しい時間を過ごすことができました。



ピコース&ミッチー様。右は皿回しに挑戦したNさん。真剣な眼差しです!!



ヒロバンド様による思い出の歌とギター演奏



「デイサービス職員による「安来節」など盛りだくさんのパフォーマンス。「いつ練習さしたとやろか?」「元氣はもろーたはい」と大好評でした。

災害に備えて避難訓練(防災月間)

地震や豪雨は大きな災害を引き起こします。台風が多い9月は「防災月間」。ふる里では毎年この時期に避難訓練を行っています。今年は屋上への避難訓練終了後に、防災用品や非常食について話合いました。



慌てず、躓かないように!! 足の運動の必要性を再確認しました。



笑顔のA型 BestShot



金曜日に発足した「折り紙クラブ」



素敵な「秋の紅葉」が出来上がりました!

転ばないように「筋活」頑張ってます!



手を携えて安全に! 遊びながらの立位バランス運動です。





ありがとう With thanks 祝敬老の日



「ひょっとこ面」は要りませんね！ んっ？一人だけ裏切り者が・・・恒例のひょっとこ踊り



健康とご長寿を祈り「敬老祝賀会」を開催
今年の敬老記念品は世界にひとつの手作り「団扇」でした。今年もセンター長の手書きの言葉が添えられています。毎日笑顔、生き生き、笑顔！「ふる里で、笑顔で、過ぎる毎日、元気に長

笑顔を、

笑顔、生き生き、笑顔！

「飛翔」という曲は、センター長の作曲です



「寿を重ねてください」という思いを込めてのメッセージです。そして、楽しく過ごしていたら、センター長が和太鼓を披露。重低音の響きと勇壮な音色の余韻を堪能しました。スタッフの出し物は恒例の「ひょっとこ踊り」と「皿踊り」。今年の出来はどうだったでしょうか？実は披露したら、スタッフのぎっくり腰がよくなったとか・・・祝御膳にも舌鼓、紅白饅頭もとても美味しかったです。毎日笑顔、生き生き、笑顔が、きつと健康・長寿につながります。

〈おばあちゃんの知恵袋〉硬い肉を柔らかくするには、コーラ・ビールなどの炭酸飲料に浸けるとよい！（肉を弱酸性にする）

10月の活動予定

A型の目的は「健康づくりと仲間づくり」です。

ゲームやレクリエーションで皆さんの「笑顔」を届けたいと思います。

10月のレクリエーションは「スポーツの秋2024ゲーム大会」を予定しています。



「自業自得」を方言で「わがんせ（自分のせい）」という。自分のおこないが、先々戻って来て悪いことになる、という悪い意味で使われるが、自業自得の本来の意味は「自分のおこないが自分の運命を生む」という良い意味もあるらしい。「見返りを求めずに善いことをすれば自分に幸福が帰ってくる」ということだ▼ところで、方言の「わがんせ（自分のせい）」と発音が一緒の、仏教用語がある。漢字で書くと「和顔施（わがんせ）」である。「無財の七施」の一つで、「穏やかな顔や笑顔で接する」ということだ。「人に笑顔で接し、優しい言葉を掛けると、相手にも笑顔が生まれ優しさが帰ってくる」ということでもある▼「和顔施（わがんせ）」・誰でも、優しい眼差しや笑顔には安心感を覚えます。敬老記念品に添えられた言葉・・・「毎日笑顔、生き生き笑顔」・・・は、良い意味での自業自得（わがんせ）、つまり「笑顔で接すれば、笑顔が帰ってくる」ということでもあるのでしょね（宮崎）

